



IX Jornada Científica do PRODER

II Conferência Internacional de Saúde e Desenvolvimento Sustentável da UFCA

17 a 19 de Novembro de 2025

Impactos da Degradação Ambiental na Saúde Mental: Uma Perspectiva Educacional.

*Vyctória Alcantara de Souza, Centro Universitário Dr. Leão Sampaio
vyctorialent@gmail.com*

*Maria Clara Lima Lustosa, Centro Universitário Dr. Leão Sampaio,
mariaclaralustosa01@gmail.com*

*Ana Isabel Santos Calixto, Centro Universitário Dr. Leão Sampaio,
anaisabel@leaosampaio.edu.br.*

RESUMO: O presente trabalho, pautado na crescente relevância das interconexões entre o ambiente e a saúde mental na saúde pública e na área da educação socioambiental, visa analisar como a degradação ambiental influencia o bem-estar psicológico de alunos do ensino médio, promovendo uma reflexão crítica sobre essa complexa relação no cotidiano juvenil e incentivando ativamente a adoção de práticas sustentáveis como forma de otimizar a qualidade de vida individual e coletiva. A intervenção pedagógica, especificamente desenvolvida para alunos da rede estadual da E.E.E.P. Raimundo Saraiva Coelho, abordou a forma como a degradação ambiental, impulsionada por ações humanas como o desmatamento e a poluição, afeta diretamente o equilíbrio emocional e psicológico. Foram detalhadamente discutidos conceitos fundamentais de degradação ambiental e saúde mental, com foco especial em como a crescente perda de áreas verdes, a poluição sonora crônica e a poluição atmosférica contribuem para a incidência de transtornos como ansiedade e depressão, além de fenômenos emergentes como a ecoansiedade e o ecoluto, ligados à preocupação legítima com as alterações climáticas e a perda acelerada da biodiversidade. O projeto foi estruturado com base na metodologia de pesquisa-ação, valorizando a participação ativa e o diálogo horizontalizado com os alunos envolvidos. A apresentação utilizou uma linguagem acessível e recursos visuais cuidadosamente selecionados e exemplos concretos do contexto escolar e comunitário do ensino médio. A parte prática consistiu em uma inovadora atividade sensorial, na qual foram utilizadas trilhas sonoras que simulavam distintos contextos ambientais um de ambiente natural e outro de ambiente urbano degradado com o propósito de permitir aos estudantes uma vivência direta dos efeitos psicológicos imediatos provocados por esses diferentes espaços. A experiência gerou reflexões substanciais e significativas: os alunos relataram de forma unânime e clara uma sensação de notável tranquilidade e calma ao ouvirem o primeiro áudio, contrastando vividamente com o imediato desconforto, irritação e estresse induzidos pelo segundo áudio. Essa observação prática e analítica demonstrou o impacto emocional direto e perceptível dos espaços em que os jovens vivem diariamente. As conclusões obtidas apontam para o alto potencial da educação socioambiental integrada com a promoção da saúde emocional no currículo do ensino médio. A combinação de experiência prática e diálogo aberto se revelou uma ferramenta pedagógica altamente eficaz, capacitando os jovens a reconhecer, nomear e intervir nas conexões entre o ambiente e suas próprias emoções. O trabalho sugere que a valorização e criação de espaços verdes na escola e na comunidade, juntamente com a promoção de práticas sustentáveis, representam estratégias concretas e imediatas de prevenção e melhoria do bem-estar psicológico juvenil, reforçando a pertinência desta abordagem no âmbito da saúde pública e na formação de cidadãos mais conscientes e ativos na busca por um ambiente mais equilibrado.

Palavras-chaves: Ecoansiedade; Educação Socioambiental; Saúde Emocional.

Impacts of Environmental Degradation on Mental Health: An Educational Perspective.

ABSTRACT: The present work, based on the growing relevance of the interconnections between the environment and mental health within public health and socio-environmental education, aims to analyze how environmental degradation influences the psychological well-being of high school students. It seeks to promote a critical reflection on this complex relationship in the everyday lives of young people and to actively encourage the adoption of sustainable practices as a means of improving both individual and collective quality of life. The pedagogical intervention, specifically designed for students from the state school E.E.E.P. Raimundo Saraiva Coelho, addressed how environmental degradation, driven by human actions such as deforestation and pollution, directly affects emotional and psychological balance. Fundamental concepts of environmental degradation and mental health were discussed in detail, with a particular focus on how the growing loss of green areas, chronic noise pollution, and air pollution contribute to the incidence of disorders such as anxiety and depression, as well as to emerging phenomena such as eco-anxiety and ecological grief, which are linked to legitimate concerns about climate change and the accelerated loss of biodiversity. The project was structured based on the action-research methodology, valuing active participation and horizontal dialogue with the students involved. The presentation used accessible language, carefully selected visual resources, and concrete examples from the school and community contexts of high school students. The practical component consisted of an innovative sensory activity in which soundtracks simulating different environmental contexts, one representing a natural environment and the other a degraded urban environment, were used to allow students to directly experience the immediate psychological effects produced by these distinct spaces. The experience generated substantial and meaningful reflections: students unanimously reported a remarkable sense of tranquility and calm while listening to the first audio, in vivid contrast to the immediate discomfort, irritation, and stress induced by the second. This practical and analytical observation demonstrated the direct and perceptible emotional impact of the environments in which young people live on a daily basis. The conclusions indicate the high potential of integrating socio-environmental education with the promotion of emotional health within the high school curriculum. The combination of practical experience and open dialogue proved to be a highly effective pedagogical tool, enabling young people to recognize, name, and intervene in the connections between the environment and their own emotions. The study suggests that valuing and creating green spaces in schools and communities, together with promoting sustainable practices, represent concrete and immediate strategies for preventing and improving the psychological well-being of youth, reinforcing the relevance of this approach within public health and in the formation of more conscious and active citizens committed to building a more balanced environment.

Keywords: Eco-anxiety; Socio-environmental Education; Emotional Health.